



heasy



**Der Guide  
zum smarten  
Gesundheits-  
management**

# Vielen Dank,

dass Du Dich für heasy interessierst.

Erlebe mit uns eine neue, moderne Form des betrieblichen Gesundheitsmanagements.

heasy steht für **digital**, **effizient** und zugleich **persönlich** und **motivierend** und dabei ganz simple, also **heasy**.

Lass uns gemeinsam das Thema

**Gesundheitsmanagement** und **Wohlbefinden** in Deinem Unternehmen etablieren.

Los geht's!



# Eine echte Gesundheits-Flat!

2 Monate kostenlos und risikofrei testen.

Danach nur **169 €\* netto** und monatlich kündbar.

\*Dieses Angebot gilt für bis zu 50 Mitarbeiter. Hat Dein Unternehmen mehr als 50 Mitarbeiter? Schreibe uns eine E-Mail und wir erstellen Dir ein individuelles Angebot.

## Volles Programm!

- Jahresprogramm 12 Monate – 12 Themen
- täglich zweimal 15 Minuten live aktive Pause
- umfangreiche Plattform für Gesundheit & Wohlbefinden
- heasySport / heasy Yoga: saisonale live Angebote
- plus: Top Referenten

## Service!

- Aufzeichnungen
- volle Kostenkontrolle
- Zugang für alle Mitarbeiter
- persönliche Betreuung



# Welcome to the heasy-world

Lass uns gemeinsam „Gesundheit“ zum Teil Deiner Firmenkultur werden.



## Live & on-demand

Mit der täglichen 15-minütigen live aktiven Pausen – unserer heasytime – verbesserst Du Deine Mobilität, Stabilität und Deine Vitalität. Selbstverständlich kannst Du die heasytime auf unserer Plattform jederzeit als Video abrufen.



## Kommunikation & Community

Unsere Plattform fördert Team-building. Das Team wächst zusammen und es entsteht eine Community der Gesundheit.



## Entspannung & Wohlbefinden

Lass uns gemeinsam ein nachhaltiges Gleichgewicht für Dein Leben finden. Wir bieten Dir Angebote aus dem Bereich Yoga, Stretching und Schmerzlinderung. Unser Stretching & Mobility Kurs findet einmal wöchentlich live am Abend statt. Die Angebote aus dem Bereich Yoga und Schmerzlinderung kannst Du jederzeit bequem on-demand auf unserer Plattform abrufen.



## Challenges & Rewards

Spaß sollte nicht zu kurz kommen. Setze Dir persönliche Ziele oder startest Challenges in Eurem Team.

# heasySport / heasy Yoga

Wir bieten euch saisonale live Sport- und / oder  
Yogaprogramme.

Startet mit uns ausgeglichen in den Tag. 30 Minuten  
am frühen Morgen ZEIT für DICH. Deine persönlich  
kleine Auszeit, um gelassen den Tag zu beginnen.

Oder beende mit uns aktiv den Tag. Schwitze mit uns  
30 Minuten am Abend und falle müde aber glücklich  
ins Bett.

Diese Angebote sind in der Regel 2-3 Monatsprogramme  
und finden nicht dauerhaft statt.



## heasy bietet Dir mit minimalem Zeiteinsatz den maximalen Erfolg!

### Unternehmen

- Stärkung der Arbeitgebermarke
- Wettbewerbsvorteil im War of Talents
- geringerer Krankenstand
- Stärkung des Teamgedankens

### Mitarbeiter

- mehr Agilität im Alltag
- mehr Ausgeglichenheit im Alltag
- mehr Zufriedenheit am Arbeitsplatz
- mehr Motivation

# Die Geschichte und die Mission von heasy



Hola. Mein Name ist Marcel Markwirth und ich bin Mitgründer von heasy. Schon lange gilt meine Passion der Gesundheit. Ich habe einen Master of Arts im Bereich Präventions- und Gesundheitsmanagement, bin Berater für Stressmanagement und Ernährung und seit 9 Jahren arbeite ich als Personal Trainer auf Mallorca. Meine Mission ist es, dass das Thema Gesundheit einen höheren Stellenwert in der Arbeitswelt erlangt. Das Leben wird hektischer und digitaler und häufig fehlt der körperliche und mentale Ausgleich. So ist die Idee entstanden, ein Konzept für das betriebliche Gesundheitsmanagement zu entwickeln: heasy. heasy ist digital, effizient und zugleich persönlich und motivierend und dabei ganz simple, also heasy.

Gemeinsam mit 2 Freunden aus dem kaufmännischen Bereich habe ich im Jahr 2022 den Grundstein für unsere Mission gelegt.

**Werdet Teil unserer Mission.**

# FAQs

## **Muss man für die heasytime sportliche Voraussetzungen mitbringen?**

Nein. Gar nicht. Unsere aktive heasytime ist darauf ausgelegt, dass jeder in Arbeitsbekleidung mitmachen kann ohne zu schwitzen.

## **Gibt es eine Mindestvertragslaufzeit?**

Nein. heasy ist monatlich kündbar.

## **Gibt es versteckten Kosten?**

heasy ist eine Gesundheits-Flat für netto monatlich 169 € bis 50 Mitarbeiter.

## **Wird die tägliche heasytime aufgezeichnet?**

Klar. Solltest Du einmal keine Zeit haben, kannst Du bequem die heasytime als Aufzeichnung anschauen.

## **Welche Zahlungsmöglichkeiten gibt es?**

Bezahle bequem per Rechnung.

## **Welches Equipment wird benötigt?**

Du brauchst einen PC, Laptop, Tablet oder Handy und einen Internetzugang.

## **Warum ist heasy so günstig?**

heasy gibt die Vorteile der Digitalisierung weiter. Wir arbeiten daran, dass betriebliches Gesundheitsmanagement für alle Unternehmen – und somit für alle Mitarbeiter – zugänglich ist.

Nun wünschen wir Dir viel Spaß. Wir sind bei Fragen jederzeit für Dich da. Schreibe uns eine E-Mail an **service@heasy.de**

Folge uns und bleib immer auf dem Laufenden. Zu unserem Instagramkanal **@heasy\_life** und facebook-account **heasy** gelangst Du ganz einfach über die folgenden QR-Codes:



Instagram



Facebook

